



## *Programma Settimanale*

### *Ogni giorno, per iniziare la giornata*

**Dalle 7.30 alle 8.20 DAL LUNEDI' AL SABATO**  
**PERCORSO DEL RISVEGLIO**

**Percorso di circa 50 minuti per un naturale risveglio muscolare**  
partenza a piedi dall'Albergo, su prenotazione la sera prima, rientro per Colazione (gratuito).

### *Lunedì 14 Settembre*

**Ore 9.30**

**PASSEGGIATA AL PERCORSO BRISA**

**Passeggiata facile di circa 9 km da Marcena alla località Brisa,**

Partenza a piedi, rientro per pranzo, € 4,00 a persona



### *Martedì 15 Settembre*

**Ore 9.30**

**ESCURSIONE AL LAGO DI TRET**

**percorso di circa 4 ore di media difficoltà con circa**

Partenza con pulmino dall'hotel, rientro nel pomeriggio,

€ 10,00 a persona (tariffa famiglia 2+2 € 30,00; 2+1 € 25,00)

per il trasporto, noleggio bastoncini ed accompagnamento.

Pranzo al sacco (compreso nella Pensione  $\frac{3}{4}$ ).



### *Mercoledì 16 Settembre*

**Ore 9.30**

**ESCURSIONE IN VAL DI RABBI**

**Uscita con Fabrizio e Bleck alla scoperta**

**del percorso sul ponte sospeso e possibilità di giro alle cascate di Saent,**

**percorso di circa 5 ore di media difficoltà**

Partenza con pulmino dall'hotel, rientro nel pomeriggio,

€ 10,00 a persona (tariffa famiglia 2+2 € 30,00; 2+1 € 25,00)

per il trasporto, noleggio bastoncini ed accompagnamento.

Pranzo in malga incluso nella Pensione  $\frac{3}{4}$ .



## *Givedì 17 Settembre*

**Ore 9.30**

### **PASSEGGIATA CON FABRIZIO E BLECK ALLA SCOPERTA DEI NOSTRI BOSCHI CON PIC NIC**

**Uscita di circa 10 km con Fabrizio e Bleck,  
con pic-nic nel bosco**

Partenza a piedi, rientro nel pomeriggio, € 4,00 a persona per l'accompagnamento,  
pranzo incluso per chi ha la pensione 3/4 in modalità pic-nic nei prati.



## *Venerdì 18 Settembre*

**Ore 9.30**

### **ESCURSIONE CON EBIKES GIRO DEL PASSO FRESNA - PROVES- RUMO**

**Percorso di circa 20 km**

Partenza con le E-bikes dall'hotel, rientro per pranzo,  
€ 20,00 a persona per il noleggio ed accompagnamento  
(tariffa famiglia 2+2 € 60,00; 2+1 € 50,00)



## *Sabato 19 Settembre*

**Ore 9.30**

### **ESCURSIONE ALLE MALGHE DELLE MADDALENE CON PRANZO IN RIFUGIO -Percorso di circa 13 km**

Partenza con pulmino dall'hotel, rientro nel pomeriggio,  
€ 10,00 a persona (tariffa famiglia 2+2 € 30,00; 2+1 € 25,00)  
per il trasporto, noleggio bastoncini ed accompagnamento.  
Pranzo incluso nella Pensione 3/4



## *Domenica 20 Settembre*

**CONSIGLIATO: VISITA A CASTEL THUN**

Castello situato vicino al paese di Vigo di Ton in bellissima posizione  
panoramica, **PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA SUL SITO DEL CASTELLO**  
**INGRESSO GRATUITO CON TRENINO GUEST CARD**

*Escursioni garantite con un minimo di 4 partecipanti,  
il programma può subire modifiche in caso di meteo avverso*

**A RICHIESTA EMOZIONANTI E-BIKE TOURS CON GUIDA**